

عشق در دنیای ارتباطات

گیتی طوطی فر*

چکیده

عشق پدیده‌ای است زیبا، مقدس، پر قدرت و اسرارآمیز که جایگاه ویژه‌ای در هستی انسان دارد و شاید بتوان گفت تنها ارزشی است که هنوز از میان نرفته است؛ پدیده‌ای که حتی نمی‌توان آن را با دانش بیکران انسان توضیح داد، تعریف کرد یا فهمید؛ بلکه فقط باید این حس اسرارآمیز را تجربه کرد و از آن لذت برد.

در مقاله حاضر کوشش نویسنده آن است که عشق را به مثابه یک رابطه بین فردی که صمیمیت و تعهد طرفینی را می‌جوید و از هوس‌بازی فاصله می‌گیرد، مورد بررسی قرار دهد. عوامل سازنده و مخرب در روابط عاشقانه، فاکتورهای اصلی در شکل‌گیری روابط بین فردی و سرانجام ویژگیهای عشق الکترونیک و آسیب‌شناسی روابط الکترونیک در دنیای کنونی ارتباطات از دیگر مباحث این مقاله است.

واژگان کلیدی: عشق، رابطه عاشقانه، هوس، قواعد ارتباط و عشق اینترنتی

*. کارشناس ارتباطات

عشق یک حالت است؛ حالتی که گرایش به ترکیب دارد، گرایشی که «من» را به سوی «ما» رهنمون می‌سازد. در چنین رابطه‌ای، «من» فرد در چارچوب یک رابطه با ویژگی‌های خاص آن کشف و آفریده می‌شود. نوع دیگر این رابطه، رابطه «من و آن» است که رابطه‌ای یک جانبه و ابزاری است. در چنین رابطه‌ای، فرد دیگران را وسیله و ابزاری برای واپس زدن و از یاد بردن تنهایی خود می‌داند و به جای آنکه معشوق یک انسان آزاد با فردیت مستقل خویش در نظر گرفته شود، به یک شیء بدل می‌شود. بنابراین عشق، مهرورزیدن به دیگران است؛ مهرورزیدنی که با احترام، مسولیت، رشد و آزادی توأم است. عشق توان بی‌پروای هستی است که دیوارهای بلند و نامرئی میان انسان‌ها را فرو ریخته و او را از تنهایی و انزوا بیرون می‌آورد. از نگاه «جبران خلیل جبران»، عشق فقط باعث استحکام پیوند زناشویی می‌شود و بر این اساس معتقد است که در امر ازدواج تنها باید به عامل عشق و محبت بین زن و مرد توجه شود نه چیز دیگر. جبران می‌گوید:

دانستم که سعادت زن به مجد و شرف، کرم و بردباری مرد نیست؛ بلکه به عشق و محبتی است که روح زن را به روح مرد پیوند می‌زند و عواطف زن را در قلب مرد می‌ریزد و زن و مرد را همچون عضو واحدی در کالبد زندگی قرار می‌دهد.

عشق جبرانی همانند شهدی است که به همراه خون در رگ‌های عاشق جاری می‌شود. عشق متنوع است و در حالت‌های گوناگون متجلی می‌شود. عشق جبرانی تعددالاشکال ولی وحدت‌التاویل است. عشق نوری است که دل انسان را روشن می‌کند. عشق همان شعله و اخگری است که از آسمان هبوط می‌کند تا تیرگی و پلیدی را از جان انسان‌ها بزدايد؛ زیرا تمام عناصر عشق در نهاد انسان و بشریت مشترک است. پس تجلی عشق در افکار جبران، گاه در قالب خرد، زمانی به صورت عدل و گاه نیز به شکل امید متجلی می‌شود؛ اما اینکه عشق چگونه به وجود می‌آید، آیا به اختیار انسان است یا خیر، جبران معتقد است: عشق تنها با اراده خداوند و با الهام خاصه حضرت حق است که در وجود انسان متبلور می‌شود؛ در حالی که خود انسان هیچ گونه دخالتی در این رابطه ندارد. عشق و پیدایش آن در اندیشه جبران، طوری تبیین می‌شود که زمان در آن دخیل نیست؛ بلکه عشق در همان لحظه نخست دیدار به وجود می‌آید. اگر این اتفاق نیفتد، با گذشت زمان هرگز چنین اتفاقی نخواهد افتاد؛ چراکه عشق زاده تفاهم روحی است. او می‌گوید:

چه نداشتند، آنان که می‌پندارند عشق، پس از همزیستی طولانی و همراهی مستمر پدید می‌آید. حقیقت آن است که عشق حقیقی، حاصل تفاهم روح است و این تفاهم، اگر در یک لحظه ایجاد نگردد، با گذر سال‌ها و نسل‌ها نیز به وجود نخواهد آمد.

در جای دیگر نیز می‌گوید:

عشق تنها شکوفه‌ای است که بدون یاری فصل‌ها می‌روید و رشد می‌کند.

به اعتقاد جبران، پس از به وجود آمدن عشق باید برای جاودانگی آن تلاش کرد. او معتقد است عشقی پاک و جاودان می‌ماند که با اشک چشم شست و شو داده شود. او می‌گوید عشق، میوه جاودانگی و جاودانگی میوه عشق است. جاودانگی را چیزی غیر از عشق در نمی‌یابد و تنها عشق همانند جاودانگی است. از دیدگاه جبران، یگانه چیزی که برای عشق مضر است و می‌تواند آن را از بین ببرد، شک و تردید است:

در راه عشق، تردید گناهی بس بزرگ است.

جبران به تفاوت میان عشق محدود با عشق لایتناهی می‌پردازد و می‌گوید:

عشق محدود، در پی دست یافتن بر محبوب است؛ اما عشق نامحدود، جز نفس عشق چیزی نمی‌خواهد. چه بسا عشقی که در دوران جوانی پدید می‌آید، تنها به دیدار بسنده می‌کند، به وصال قانع می‌شود و در این سطح رشد می‌کند؛ اما عشقی که در دامان بی‌نهایت پدید می‌آید و با اسرار شبانگاه همراه می‌شود، به جز جاودانگی راضی نمی‌شود و جز در برابر الوهیت، در برابر پیشگاه هیچ چیز سر خم نمی‌کند. از دیدگاه جبران، عشق مایه زندگی و نبود آن مایه مرگ است. در تفکرات جبران، عشق عین آزادی است که می‌تواند انسان را به بالاترین مقام و کمالات برساند؛ به گونه‌ای که دیگر قوانین طبیعت قادر به انجام آن نیستند:

در این جهان، عشق تنها آزادی است؛ زیرا جان آدمی را به جایگاه بلندی فرا می‌برد که نه آیین‌ها، و نه آداب و رسوم بشر می‌تواند بدان دست یابد و نه قوانین و نوامیس طبیعت بر آن چیره تواند بود.

در اعتقادات جبران، عشق، پدیداری بی‌نهایت و بی‌نظیر است که تمامی زیبایی‌های جهان در برابر آن بی‌ارزش است؛ به گونه‌ای که اگر کسی از این نعمت الهی برخوردار باشد، از دیگر زیبایی‌های طبیعت و جهان بی‌نیاز می‌شود. از نظر جبران، عشق یک نعمت الهی است که هیچ نیرویی نمی‌تواند بر آن فائق آید. تجلی آن بدین صورت است که می‌گوید:

در سینهام مبعدی برای عشق قرار دادم که خداوند آن را مقدس شمرد و هیچ نیرویی هرگز نمی‌تواند بر آن غلبه کند.

او معتقد است که با گذشت زمان، کاهنان سلسله قوانینی برای عشق تدوین کرده‌اند که از جهل و نادانی و ظلم الهام گرفته است. ناپسندیده‌تر اینکه به هنگام وضع این قوانین، از دیدگاه‌های زن - مهم‌ترین عامل عشق - بهره نبرده و بدون حضور او مقرراتی برای عشق تعیین کرده‌اند که درحقیقت در جهت تخریب زن و عشق است. دکتر شریعتی معتقد است: عشقی که یک زن و مرد جوان را چون جاذبه‌ای به سوی هم می‌کشد و چنان نیرومند است که همه پیوندهای دیرین فرد را با همه چیز و همه کس ناگهان می‌برد تا یک پیوند بماند و همچون باغبانی است که همه شاخه‌ها را قطع می‌کند و تنها یکی را می‌گذارد تا همه عصاره حیات و رویش ریشه را به او بخشد و نیز همه احساس‌ها را می‌میراند و تعطیل می‌کند و یا در سایه می‌گذارد تا تنها همین احساس جان گیرد و سرپای وجود را فراگیرد یا تمام اندام‌های روح را فلج کند و همه مایه‌ها و ماده‌هایی را که تمامی بودن آدمی‌اند، در خود بکند عشق نیست، عشقه است. انسان آن را انتخاب نکرده است، او است که آدمی را انتخاب می‌کند و او مامور طبیعت است و اقتضای سن و مزاج و نشانه آنکه طبیعت می‌خواهد توطئه‌ای را که برای دو تن چیده است آغاز می‌کند و نمی‌گویم این توطئه بدی است؛ هرگز! کار طبیعت است و خواست خدا؛ همچون دم زدن، آشامیدن و خوردن، کار کردن، خوابیدن و بالاخره زادن و رویدن و جوان شدن و به کمال رسیدن و پیر گشتن و خلاصه قطعه‌ای از زندگی که ما سوژه آنیم و صفتی و حالتی از روح و تن ما که ما هیچ کاره آنیم! بنابراین «عشق چیزی است مثل سرخک که هر جوانی باید یک بار آن را در زندگی بگیرد!» پس این عشق که آن همه از آن سخن می‌گویند، بیشتر به شناسنامه ما مربوط است تا خود ما؛ پس این عشق را جوشش نگوئیم، [بلکه] خون بگوئیم و انقلاب غریزه و عارضه طبیعت و دیگر همین! پس عشق وجود ندارد. آری عشق وجود ندارد! این را باور کنید، که آنها که نخواستند باور کنند، به کفر و تباهی افتاده‌اند. عشق وجود ندارد. موجودی به نام عشق نیست که آدمی در مسیر زندگی‌اش آن را پیدا کند و به دست آورد. عشق را باید ایجاد کرد با همداستانی و همدستی دو دسته ماهر و هنرمند و آشنا ساخت.

عشق وجود ندارد؛ بلکه می‌تواند وجود پیدا کند. عشقی که به ازدواج منجر می‌شود، جوششی است که در آستانه در فرومی‌نشیند. ازدواجی که به عشق منجر می‌شود! این عشق راستین و جاودانه است، عشق است، کار خود آدمی است. کدام ازدواج! دو دسته خویشاوندی که به هم گره می‌خورد و به کمک پیوند و پیمان آشنایی، با هم دست‌اندرکار آفرینش معجزه شگفتی می‌شوند که «عشق» نام دارد. عشق عارضه‌ای نیست که ناگهان یا اندک‌اندک بر دو

جنس آماده ازدواج مستولی شود؛ بلکه درس ظریف، پیچیده، لغزان، عمیق و آن جهانی است که در تلاش جدی و بازی لطیف میان دو روح آشنا، هشیار و مومن به هم و نیز مومن به عشق فراگرفته می‌شود و آن گاه آفریده می‌شود و این، زیباترین فرزند یک ازدواج است. در این کلامی که یک کتاب دارد و کتاب سپید، و دو شاگرد دارد بی‌آموزگار، هر کدام شاگرد دیگری و آموزگار دیگری، هر یک باغبان دیگری و باغ دیگری، که آن «دانه حب» را در دیگری می‌کارند و در زیر دست نوازش در پرتو مهتاب و آفتاب فهمیدن و در معرض وزش نسیم‌های غیبی‌ای - که نام و نشانی ندارد و نمی‌دانیم از کجا برمی‌خیزند و بپیک و پیغام کجا را دارند - می‌شکفد و سر می‌زند و شاخ و برگ می‌افشاند و به شکوفه و گل می‌نشیند و بار می‌دهد.

هر یک همسر دیگری که آن نطفه خود را که هیچ نیست، در جنین هستی یکدیگر می‌نهند و باردار هم می‌شوند و آبستن عشق. آن گاه نوزادشان را در آغوش هستی‌شان می‌گیرند و تمام عمرشان را لحظه‌لحظه می‌کنند و به او می‌خورانند و تمام بودنشان را تکه‌تکه می‌کنند و به لب‌های او می‌سیارند و تمام روحشان را قطره‌قطره می‌کنند و به حلقوم او می‌ریزند تا طفل هر صبح از صبح دیروز بالیده‌تر و هر شام از شام دیروز سیراب‌تر برآید و پدر و مادر را روز به روز در خود بمکد و هر دو را ساعت به ساعت لقمه نان کند و جرعه شراب و در هم آمیزد و بلعد و بنوشد و بخورد تا تمام شوند تا هر دو در او پایان گیرند، تا دو تا نیست شوند و یکی گردند و «من» و «تو» و «او» شوند و آن گاه هر دو در او به سر برند و هر دو از دم او نفس زنند و از چشم‌های او ببینند و از حلقوم او بگریزند و بخندند و با لب‌های او حرف زنند و با پاهای او بروند و در سینه او بنهند و در رگ‌های او جاری شوند و در نبض‌های او بزنند و این چنین در «او» زندگی کنند و تنها او باشند و او و دیگر هیچ! و او عشق نام دارد و عشق این چنین زاده می‌شود و آفریده می‌شود و حال می‌توان گفت که عشق وجود دارد و می‌توان به آن ایمان یافت.

آری عشق وجود ندارد؛ بلکه عشق را باید ساخت. عشق موجودی نیست که آن را بیابند؛ عشق یک هنر است که باید آن را آموخت و آن را آفرید. آهنگی است که با نوازش سر انگشتان دو دست خویشاوند بایدش نواخت. عشق عارضه‌ای نیست که بر دو بیگانه افتد و آن دو را به سوی هم کشاند؛ غزلی است که دو شاعر آشنا، هر یک مصراعی از آن را می‌سرایند. چگونه؟ با تعصب و خلوص و با کوشیدن، تا هر کدام خود را در مسیر و نگاه و احساس مخاطب خویش قرار دهد تا آنجا که بتوانند همه چیز را در این دنیا همچون او ببینند و بفهمند و حس کند و تنها از این طریق است که یکدیگر را نیز خود به خود می‌توان فهمید و می‌توان

حس کرد و آن گاه دو دستی که این چنین آموخته هم شده‌اند، آماده آند که آن چنگ را بگیرند و آن آهنگ را سرکنند.

اربع فروم یکی از بسیار کسانی است که عشق را هنری می‌داند چون هنر زیستن و برخلاف فروید که معتقد بود غرایز انسان او را هدایت می‌کنند، فروم شعور و آگاهی را راهنمای انسان دانسته و نشان می‌دهد که این آگاهی، انسان را به این شناخت نیز می‌رساند که او موجودی تنها است و آگاه شدن به مسئله تنهایی، به اضطراب و تردید بشر می‌انجامد؛ از این رو عمیق‌ترین نیاز انسان، نیاز او به غلبه بر جدایی و رهایی از بندهای تنهایی است و چگونه می‌توان بندهای تنهایی را گسست، مگر با عشق.

فروم در کتاب هنر عشق ورزیدن، انواع عشق را مطرح می‌کند: عشق برادرانه، مادرانه، عشق به خود، خدا و عشق جنسی. به نظر فروم، عشق استعداد و نیرویی است که تولید عشق کرده و مظهر قدرت انسان است.

انواع عشق، جز عشق جنسی که فروم مطرح می‌کند، در حوزه دوست داشتن قرار می‌گیرد. عشق و دوست داشتن در مولفه‌هایی مانند احترام، دلسوزی و شناخت مشترک هستند؛ اما آنچه عشق را از دوست داشتن متمایز می‌کند، هوس است. گرچه چیزی از گزینه را در خود دارد، با این همه غریزی نیست، هوس آن ساتقی است که جذابیت جسمانی و روابط جنسی را سبب می‌شود؛ اما علاوه بر اینکه به یک نفر محدود است، تعهد و شناخت را نیز در خود دارد؛ از این رو فرد هوس‌باز با عاشق متفاوت است رابطه‌ای که تنها براساس شدت هوس و به هدف ارضای آن شکل می‌گیرد، نه تنها مداوم نیست که اگر هم باشد، اغنا کننده نخواهد بود.

تفاوت عشق و هوس

۱. محور هوس، خود فرد و لذت او است؛ در حالی که عشق معطوف به غیر از خود است و توجه به حالت‌ها و لذت‌های خود مطرح نیست و خواست و شرایط معشوق جایگزین خودخواهی فرد می‌شود.

۲. هوس پاسخ به یک نیاز جسمانی و روانی است؛ مثل نیاز به آب، اکسیژن و غذا؛ ولی عشق فراتر از چنین نیازی است. عشق فراهم آورنده رشد و خودشکوفایی فرد است؛ از این رو فرد عاشق خود را خوار نمی‌کند. عشق، عزت و احترام دارد و این احترام براساس بی‌نیازی و بزرگی عشق حاصل می‌شود.

۳. عشق محدودکننده و زندانی کننده معشوق نیست؛ بلکه آزادکننده است. اگر فردی را مجبور کنیم که همه علائق، سلیقه‌ها و تفکراتش را فقط متوجه ما کند و فقط به ما ببیند، او را محدود به خودمان کرده‌ایم؛ نه اینکه عاشق خود کرده باشیم. در واقع این عشق نیست بلکه هوس است و ما را وابسته به شخص دیگری کرده است.

۴. عشق با بدبینی و سوءظن همراه نیست. عشق یک اعتماد است، یک اطمینان است و پس از شناخت رفتار، گفتار و احساسات معشوق، و به جهت آگاهی عمیق به وجود می‌آید. بنابراین در آغاز اعتماد به وجود می‌آید و بعد عشق منعقد می‌شود.

۵. عاشق خود را ملزم می‌داند که حریم عشق و معشوق را رعایت کند و هنجارها را به نفع لذت خود نمی‌شکند. عاشق پیش از آنکه این حریم کامل و رسمی شود، در پی کام گرفتن از معشوق نیست. باید کانون خانواده شکل گیرد و پیوند زناشویی منعقد شود و طرفین مسئولیت زندگی و تعهد کامل را نسبت به هم بپذیرند. هرگونه خلوت، لمس و ارتباطی که جنبه لذت‌جویی داشته باشد (قبل از تعهد کامل زناشویی و در چارچوب قانون)، صرفاً آسیب‌پذیری عشق را به همراه دارد و این آزمایش کردن عشق نیست؛ بلکه سیراب کردن هوس و عطش شهوانی است.

۶. چنین مواردی از نشانه‌های هوس هستند؛ زودرنجی، قهر و آشتی، دلخوری، نگرانی، تردید، عجله در به نتیجه رسیدن، امروز و فردا کردن، زیانباری کردن، با چند نفر ارتباط صمیمی و عمیق عاطفی گرفتن، رویاپردازی در مورد فرد، چشم‌پوشی از نقاط ضعف آن فرد و... همه از نشانه‌های هوس است؛ در حالی که عشق، قامتی رعناتر، بزرگ‌تر، قوی‌تر و منحصر به فرد دارد و از همه مهم‌تر، آرام‌بخش است و نگرانی از دست رفتن ندارد. عشق‌هایی که نگرانی‌آفرین، اضطراب‌آور و دمدمی‌مزاج و به ظواهر فرد بستگی دارد، همان هوس‌ها هستند که «محور من» در آنها قوی است؛ یعنی فرد همه چیز را برای خودش می‌خواهد، نه معشوق.

۷. عشق پیش نیاز لازم دارد؛ یعنی فرد باید رشد کند و از مراحل بگذرد تا نوبت به عاشق شدن برسد. کسی که هنوز با والدینش درگیر است، با همکاران سازگاری ندارد، رابطه صمیمانه‌ای با دوستانش ندارد، افسرده و مضطرب است، تصمیم‌های مهمی در زندگی نگرفته یا به اجرا درنیآورده است، از این شاخه به آن شاخه می‌پرد، هدف زندگی خود را شفاف ترسیم نکرده است و حتی در انتخاب هنجارها به انتخاب ثابتی برای وضع ظاهری، پوشش و نحوه رفتارش نرسیده است و مردد بوده و روز به روز شکل به شکل می‌شود و هویت خود را

نیافته است، مانند کودک پیش‌دستانی است که برای اردو به دانشگاه رفته، ولی هرگز نمی‌تواند در نقش دانشجو باشد؛ حتی اگر بر روی صندلی‌های دانشگاه بنشیند.

بنابراین عشق پس از بلوغ عاطفی، اجتماعی، فکری، روانی و ... پیدا می‌شود؛ در غیر این صورت فقط هوس خامی بیش نیست.

۸. عشق باید وحدت و یکپارچگی بین شما، افراد و همه هستی ایجاد کند. اگر رابطه دختر پسری، با پنهان کاری، تعارض، درگیری با دیگران، احساس گناه، اضطراب، تردید و قطع روابط اجتماعی با دیگران، مشکل در شغل، تحصیل، روابط خانوادگی و ... همراه است، باید مطمئن شد که هوس، خود را به جای عشق به آنها معرفی کرده است و چنین شروعی برای رابطه، پایان‌هایی به مراتب دردناک‌تر و فجیع‌تر به همراه دارد.

چرا عشق تا این حد دغدغه برانگیز است؟

اگر آدمی را تنها در جزیره‌ای رها کنند، جز مشکل تنهایی، گرفتاری دیگری نخواهد داشت؛ در حالی که بسیاری از حیوانات تنها هستند و از تنهایی خود گله و شکایتی ندارند. شاید دلیلش خودآگاهی در انسان باشد. انسان موجودی است که از حیات خود آگاهی دارد و یکی از پیامدهای این آگاهی، ادراک تنهایی خویش است؛ از این رو در پی این ادراک، مضطرب می‌شود؛ آن هم اضطراب جدایی. یکی از راه‌های غلبه و شاید بهترین راه حل، ارتباط است که در پناه آن، می‌توان احساس تنهایی را کاهش داد.

گرچه ارتباط می‌تواند قصه شیرینی باشد، آنچه بیشتر شنیده‌ایم به تراژدی شبیه است؛ تراژدی‌ای که بسیار شنیده می‌شود و با این همه باز هم تکرار می‌شود!

عوامل موثر در پایداری ارتباط عبارتند از: خودافشایی، تعهد، راهبردهای نگهدارنده متنوع و پیروی از قواعد رابطه.

خودافشایی، آشکار کردن اطلاعات شخصی و خصوصی خود برای دیگران است. پیشرفت رابطه به میزان پیشرفت خودافشایی بستگی دارد؛ البته میزان خودافشایی باید متناسب با مرحله ارتباط باشد. روند آشکارسازی نباید آن قدر سریع باشد که دیگری آن را تهدیدآمیز تلقی کند و از رابطه عقب‌نشینی کند. از سوی دیگر کندی بیش از حد روند خودافشایی، به پایداری و ادامه آن لطمه می‌زند. این را اصطلاحاً عدم نفوذ می‌نامند. این فرآیند عبارت است از متوقف کردن خودافشایی صمیمانه. البته گاه بیان می‌شود که فرد - خصوصاً دختران - باید مرموز باشند و به نوعی همه چیز را بیان نکنند. سوی مثبت این حرف، تاکید بر زمان مناسب خودافشایی است. سوی منفی آن می‌تواند به بازی «من رو کشف کن» منتهی شود؛ اینکه فرد

از خود چیزی نگوید تا مبادا تکراری و یکنواخت باشد. حال آنکه آدمی می‌تواند هر لحظه پر و خالی شود.

آنچه در روند آشکارسازی اهمیت بنیادین دارد، نه پیچیدگی که صداقت است. شاید بتوان گفت یکی از شاه‌کلیدهای ارتباط، صداقت با خویش و با دیگری است. خودافشایی یکی از عوامل پایداری ارتباط است و تحقیقات نشان داده است که زنان بیش از مردان در برابر همسر خویش خودافشایی می‌کنند.

یکی دیگر از عوامل مهم در پایداری ارتباط، تعهد است. تعهد به معنای تصمیم قطعی گرفتن به ادامه ارتباط است که در طول زمان افزایش می‌یابد؛ مسئله‌ای که شاید سخت‌ترین و دشوارترین مرحله باشد و البته طرفین برای شانه خالی کردن از این تعهد، توجیه‌های متنوعی دارند. البته بروز تعهد و ایجاد آن به شرایط خاصی نیاز دارد. عوامل مهمی که موجب می‌شود طرفین خود را ملزم به ادامه ارتباط بدانند عبارتند از: رضایت (میزان پاداشی که افراد از رابطه می‌برند، احساس تعهد را بیشتر می‌کند)، نبود روابط جایگزین (گزینه‌های محدود موجب می‌شود به آنچه هست بچسبند!!)، میزان سرمایه‌گذاری از هر نوعی (سرمایه‌گذاری عاطفی، زمانی و پولی).

تجربه نشان داده است آنچه موجب تعهد فرد به ارتباط می‌شود، تنها کیفیت رابطه نیست؛ بلکه آنچه به فرد توانایی تعهد داشتن به هر امری را می‌دهد، هویت وی است. فردی که هویت آشفته را داشته باشد و دائماً به آونگ چه کنم چی کار کنم گرفتار باشد، اساساً نمی‌داند چه می‌خواهد که حال به آن تعهد داشته باشد یا نداشته باشد. از این رو پیش‌نیاز تعهد به دیگری، تعهد به خویشتن است و این نیز مستلزم عبور از مرحله هویت‌یابی و رسیدن به بلوغ اجتماعی، روانی و عاطفی است. افرادی رابطه پایدار دارند که به هویتی منسجم دست یافته باشند. به این ترتیب، پیش از آنکه به فضای دیگری پای نهیم، نیازمند آنیم که فضای خویش را بشناسیم.

نکته دیگر آن است که حتی عوامل تداوم‌بخش لزوماً به حفظ کیفیت ارتباط منتهی نمی‌شود. برای آنکه کیفیت ارتباط مطلوب بماند، توجه به راهبردهای اصلاحی و تداوم‌بخش ضروری است. بارها شنیده‌ایم که شیرینی زندگی مشترک دوران کوتاهی دارد و محدود به ماه‌های ابتدایی و با دید خیلی خوش‌بینانه، سال‌های ابتدایی است و پس از آن به تکراری گریزناپذیر خواهد رسید؛ گرچه تکرار و کسالت حاصل از آن به نظر گریزپذیر می‌رسد.

ارتباط نیز مانند هر چیز با ارزش به نگهداری و مراقبت نیاز دارد. ارتباط موجودی انسانی است. نطفه ارتباط با حضور دو فرد متولد می‌شود و مراحل جنینی، کودکی و بزرگسالی را طی می‌کند و همچون زندگی، سراسر شگفتی و پویندگی است. در مراحل ابتدایی ارتباط، طرفین به آنچه در حال وقوع است بیشتر توجه می‌کنند و دربرابر هم حساسیت‌های بیشتری دارند؛ اما شاید به دلیل اطمینان از ثبات رابطه به تدریج از توجه و مراقبت‌ها کاسته می‌شود؛ تا جایی که پس از مدتی، نارضایتی‌های خرد انباشته شده و شیرینی لحظات گذشته رنگ می‌بازد و عقده‌هایی گشوده می‌شود. گویی رابطه زودتر از آنچه انتظار می‌رود به خزان خود می‌رسد.

راهبردهای تداوم به انجام فعالیت‌های مشترک مانند بیرون رفتن اشاره دارد. معمولاً در طی سال‌ها، زوجین بیشتر گرفتار جوانب زندگی شده و ارتباط که تا چندی پیش در اول فهرست دلایل ازدواج بود، به آخرها فرستاده می‌شود. بعد از آن مسائلی مثل فرزندان، اجاره خانه، تأمین مایحتاج زندگی و ... جایگاهی برجسته را به خود اختصاص می‌دهد. در این میان، شاید یک تفریح دو نفره در هر ماه به صمیمیت و تخلیه هیجانی طرفین کمک کرده و میزان رضایت را بالا ببرد.

راهبردهای دیگر عبارتند از: اطمینان و اعتماد کردن به طرف مقابل، ابراز احساسات، در میان گذاشتن خبر موفقیت‌ها، تلاش برای خوشحال کردن یکدیگر، داوطلب شدن برای ارائه کمک در موقع نیاز و تقبل کارهای یکدیگر.

از جمله عوامل مخرب ارتباط که معمولاً نیاز به اصلاح دارد، راهبردهای کنار آمدن با تعارضات است. هر راهبردی می‌تواند سازنده یا مخرب باشد. نادیده گرفتن تعارض یکی از راهبردهای مخرب است که به دلیل کاهش موقت تنش، بسیار استفاده می‌شود. در مجموع، خطاهای شناختی در ارزیابی شدت تعارض می‌تواند موجب به کارگیری راهبردهای مخرب شود.

شیوه‌های زن و مرد نیز در برخورد با تعارضات متفاوت است. برخورد با تعارضات فارغ از جنسیت می‌تواند زنانه یا مردانه باشد. برخورد زنانه، هیجان محور است؛ یعنی بیشتر از آنکه مسئله مورد بحث قرار گیرد، به هیجان‌ات توجه شده و آنها بیان می‌شود. برخورد مردانه با استدلال و منطق همراه است. توجه به این اختلافات نیز اهمیت ویژه‌ای دارد.

فاکتورهای اصلی در شکل‌گیری روابط بین فردی

پنج فاکتور اصلی در شکل‌گیری روابط بین فردی موثر هستند: جذابیت جسمانی، مجاورت، تشابه نگرش‌ها، شباهت جمعیت شناختی و تشابه شخصیتی.

به نظر می‌رسد معیارهای جذابیت بین افراد تقریباً مشابه است. گرچه مسائل فرهنگی بر آن بی‌تأثیر نیست، کلیت‌های مشابهی نیز وجود دارد؛ به عنوان مثال زنانی با چشمان نسبتاً درشت و بینی کوچک و چانه ریز جذاب به نظر می‌رسند.

گاه توصیف ما از دیگری تحت تأثیر یک صفت او قرار می‌گیرد؛ به عنوان مثال تحقیقات نشان داده است که زنان و مردان - هر دو - افرادی را که چهره جذابی دارند، متین، اجتماعی، جالب، مستقل و مهیج می‌دانند؛ حتی اگر آنها چنین نباشند. به چنین پدیده‌ای، «اثر هاله‌ای» می‌گویند. البته طبق نظریه همتایی، ما جذاب‌ترین فرد را انتخاب نمی‌کنیم؛ بلکه به فردی گرایش داریم که از نظر جذابیت شبیه ما باشد؛ البته ممکن است جذابیت هر دو فرد در یک زمینه نباشد؛ به عنوان مثال یک زن زیبا ممکن است مردی را انتخاب کند که از نظر هوش یا ثروت جذاب باشد!

اما چرا این گونه است؟ چرا ما به افرادی گرایش داریم که جذابیت ظاهری نسبتاً یکسانی با خودمان داشته باشند؟ در مطالعه‌ای دو دلیل مطرح شد: نخست ترس از طرد شدن (فرد جذاب ممکن است پیشنهاد دیگری را رد کند) و دوم، ضرورت حفظ توازن در رابطه.

با توجه به افزایش روزافزون کلاس‌های بدنسازی، لاغری و سالن‌های زیبایی به نظر می‌رسد در دنیای امروز جذابیت ظاهری و خصوصاً جذابیت جنسی یکی از دغدغه‌های اصلی و اساسی بسیاری از نوجوانان و جوانان است. چرا چنین است؟

یکی دیگر از فاکتورهای رابطه، مجاورت است. منظور از مجاورت، نزدیکی فضاهای فیزیکی است؛ به عنوان مثال کارمندان یک بخش بیشتر با هم در ارتباط هستند؛ اما این فضا در عصر ارتباطات و دنیای اینترنت کاربرد ندارد؛ چرا که تمامی فاصله‌ها با سرعت نور پیموده می‌شود و منظور از دیدار نه آن ملاقات با حضوری فیزیکی که با حضوری مجازی است. از این رو من آنجا در کنار توام و تو اینجا در کنار من! مجاورتی مجازی است!

یکی دیگر از این عوامل، شباهت در نگرش‌ها است؛ البته در جایی که نگرش‌ها مهم باشند! تحقیقات نشان داده است که تشابه متغیرهای جمعیت شناختی مانند سن، جنس و طبقه اجتماعی نیز در شکل‌گیری ارتباط موثر است.

از دیگر عوامل، شباهت در شخصیت است؛ اما «وینچ» نظریه جذب متضاد را مطرح کرد. وی بر این عقیده بود که زوج‌ها با نیازهای مکمل خوشحال‌تر هستند؛ به عنوان مثال اگر فرد مستبد با فردی مطیع ازدواج کند، هر دو نیازهایشان برآورده خواهد شد. می‌توان فرضیه وینچ

را به زبان «اریک برن» نیز مطرح کرد. به عبارت دیگر جور بودن «بازی‌های» طرفین، ارتباط را شکل می‌دهد و هرچه بازی‌ها جورتر باشد، پایداری بیشتری خواهد بود!

با آزمایش‌های گوناگون، تفاوت‌های ابراز عشق در دو جنس مرد و زن مشخص گردید؛ برای مثال مشخص شد که زنان در عشق، بیشتر به دوستی و منافع مشترک بها می‌دهند و بیشتر از مردها از حسادت رنج برده و وابستگی بیشتری به فرد مقابل خود پیدا می‌کنند. در زیر به سبک‌های مختلف عشق اشاره شده است:

۱. اروس (EROS): عشق شهوانی، عشق به زیبایی، فاقد منطق و عشق فیزیکی که به واسطه جذابیت و کشش‌های جسمانی و یا ابراز آن به طور فیزیکی نمایان می‌شود. این عشق در نگاه اول با شدت آغاز شده و به سرعت فروکش می‌کند.

۲. لودوس (LUDUS): عشق تفریحی است که بیشتر به دوران نوجوانی تعلق دارد. در واقع عشق‌های رمانتیک زودگذر و ابراز ظاهری عشق است. این نوع عشق نسبت به شریک عشقی کثرت‌گرا است. به اصطلاح فرد را تا لب چشمه برده و تشنه باز می‌گرداند که رابطه درازمدت در آن بعید به نظر می‌رسد.

۳. فیلو (PHILO): عشق برادرانه و عشقی که مبتنی بر پیوند مشترک است؛ عشقی که برپایه وحدت و همکاری بوده و هدف آن دستیابی به منافع مشترک است.

۴. استورگ (STORGE): عشق دوستانه، وابسته به احترام و نگرانی در برابر منافع متقابل است. در این عشق، همنشینی و همدمی بیشتر نمایان است. خصوصیت این عشق، صمیمانه و متعهد بودن، رابطه‌ای درازمدت، پایدار، بادوام و فاقد شهوت است.

۵. پراگما (PRAGMA): عشقی منطقی است و مختص افرادی است که نگران این موضوعند که آیا فرد مقابلشان در آینده پدر یا مادر خوبی برای فرزندانشان خواهد شد. عشقی که مبتنی بر منافع و دورنمای مشترک و پایبند اصول منطق و خردگرا است. در این عشق، همبستگی برای اهداف و منافع مشترک مدنظر است.

۶. مانیا (MANIA): عشق افراطی، انحصارطلب، وابسته و حسادت‌برانگیز، شیفتگی شدید به معشوق و اغلب فاقد عزت نفس است. در این عشق، عدم رضایت از رابطه به چشم می‌خورد؛ همچنین - مانند وسوسه می‌ماند و می‌تواند به احساسات مبالغه‌آمیز و افراطی بینجامد. می‌توان گفت عشقی دردسرساز است.

۷. آگپ (AGAPE): عشق الهی، فداکارانه، از خودگذشته، نوع دوستانه (تمایل انجام دادن کاری برای دیگران بدون چشمداشت) و گرانقدر است.

پژوهشها نشان می‌دهد که زنان بیشتر به عشق از نوع پراگما، استورگ و مانیا و مردان به لودوس و اروس گرایش دارند.

دانشمندان در سال‌های اخیر تحقیقات گسترده‌ای درباره عشق داشته و به یافته‌های بسیار جالبی دست یافته‌اند؛ از جمله آنها می‌توان به فرضیه «مثلث عشق» اشاره کرد.

این فرضیه، عشق را به سه مؤلفه تقسیم می‌کند: صمیمیت، شهوت (هوس) و تعهد.

تجربه عشق شامل عملکرد اجزا یعنی صمیمیت، هوس (شهوت) و تعهد است که برای دستیابی به رابطه سالم و پایدار باید اعتدال میان این سه عنصر برقرار کرد. اکنون به تعریف آنها می‌پردازیم:

تعهد: تا چه اندازه خود را وقف آن می‌کنید که رابطه‌تان را شاداب و باطراوت نگاه دارید؟ یا تا چه اندازه با یارتان صادق هستید؟ مسئولیت‌پذیر، وفادار و وظیفه‌شناسی هستید؟ تعهد در رابطه به معنای آن است که اکثر موانع و مشکلات را می‌توان با کمک یکدیگر از میان برداشت یا به عبارتی، حتی در سخت‌ترین شرایط هم وفادار بود.

صمیمیت: نزدیکی در رابطه، اموری که شما و یارتان در آن سهیم هستید، اما فرد دیگری از آنها آگاهی ندارد، رازها و تجربیات فردی و مشترک، همه از موارد صمیمیت به شمار می‌آید. صمیمیت امری فراتر از نزدیکی جنسی و فیزیکی است. تا چه اندازه شما در کنار یارتان احساس راحت بودن می‌کنید؟ آیا قادر به بیان عقاید و دیدگاه‌های خود هستید؛ بدون آنکه از مورد انتقاد قرار گرفتن و نکوهش شدن واهمه داشته باشید؟ آیا هنگامی که صحبت می‌کنید، واقعا به حرف‌های شما گوش می‌دهد؟

هوس و شهوت: انرژی‌بخش رابطه است که عبارتند از: تمایل بازگشت به منزل برای کنار یار بودن، هوس فوریت، شهوت و تمایلات جنسی، رماتیک بودن، اشتیاق برای در کنار هم بودن و رفع سریع موانع وصال، احساسات شدید و جاذبه جسمانی.

عشق در دنیای ارتباطات الکترونیکی

زمان به سرعت و بی‌رحمانه می‌گذرد و با رشد روزافزون تکنولوژی، انسان فردگراتر، تنها و منزوی‌تر می‌شود. پیامد این تحول سریع، انسان‌ها را در برابر خود و دیگران بیگانه‌تر ساخته و مجبور می‌سازد در این آزادی بی‌حد و مرز، جهانی را برای خود بیافریند که در آن معنایی بیاید. جامعه مدرن با بی‌رحمی، انسان را با سقوط ارزش‌های مشترک، گسست خانواده، دریده شدن پرده‌های اخلاقی و از میان رفتن پیوندهای اجتماعی رو به رو ساخته است.

در گذشته‌ای نه چندان دور، انسان در فضایی زیست می‌کرد که در همان فضا نیز دوستی، مهر و عشق را جست و جو کرده و به نیازهای اساسی هستی خود پاسخ داده و آن را تحقق می‌بخشید و همه آن سادگی‌ها و طبیعی زیستن‌ها، امروزه به پدیده‌ای پیچیده و دشوار بدل گشته و موجب استفاده اغراق‌آمیز از تکنولوژی و اینترنت شده است. با گسترش بیشتر و سایر و دنیای ماشین‌ها، عشق کمرنگ‌تر شده و احساسات تا حد بسیار زیادی، چنان‌که در فیلم‌های تخیلی می‌بینیم، از بین می‌رود و رباط‌ها و ماشین‌ها، جایگزین عواطف بشری می‌شود. در گذشته فیلم‌های تخیلی، انسان متمدن و نسل‌های آینده را در خارج از اتمسفر و ساکن سیارات دیگری تصور می‌کرد که با گسترش بیشتر سایر، این تئوری به سمت انقراض رفت و امروز انسان را در یک فضای سایبری تیره، خطرناک و بی‌روح بدون وجود سایر جانوران، باغ‌ها و دریاها می‌بیند که عشق در آن جایی ندارد؛ فضایی بدون آسمان آبی و زمانی که منبع انرژی خورشید به پایان رسیده است و همه می‌دانند که صبح‌ها خورشید طلوع نمی‌کند!

این نوع نگرش به عاقبت عشق، عواطف و فضای اطراف انسان‌ها نه تنها در ایران و جوامع شرقی که در عرفان و داستان‌های رمانتیک و عاشقانه هم مشهور است؛ حتی در جوامع کاملاً مدرنی هم که دستاوردهای پیشرفته هوش مصنوعی و ... در آنها جاری است مشاهده می‌شود. هنگامی که سنت، فرهنگ و ارزش‌های اخلاقی و انسانی معنای خود را از دست بدهند و دیگر وجود نداشته باشند تا روابط انسانی را تعریف و تعیین کنند، فرد باید به گونه‌ای دیگر، جهانی معنی‌دار را برای تداوم هستی خویش بیافریند و در همین جا است که می‌توان گفت عشق، هنری است که انسان مدرن در آفرینش و حفظ آن ناکام مانده است.

انسان مدرن عشق را به صورت پدیده‌ای می‌بیند که فقط باید به او عشق ورزیده شود؛ بی‌آنکه او نیز خود عشق بورزد و بی‌آنکه استعداد عشق‌ورزی را در خود رشد و پرورش دهد؛ از این رو فرد پیوسته می‌کوشد دیگران را متوجه عشق ورزیدن به خود کند؛ عشقی که اعتماد، صداقت، شناخت، مهر و مسولیت، لازمه دوام و بقای آن است و عشق اینترنتی بیش از هر چیز عاری از تمامی این ارزش‌ها و مفاهیم است.

نیاز طبیعی انسان به همزیستی و رشد سریع تکنولوژی یا اینترنت و پیدایش فضاهای مجازی چون «پال ماسکه»، مشکل تنهایی انسان را تقریباً از میان برده و این امکان را فراهم ساخته که فقط با فشار دکمه‌ای با دوست، آشنا و معشوق خود در مرزهای بی‌حد جغرافیایی دیگر به گفت و گو نشست، با فشار مجدد دکمه‌ای در به روی این دوستی و عشق ببندیم. جهان پال ماسکه، جهانی است که همه کاملاً در آن ناشناس بوده و این امکان را به فرد

می‌دهد که با هر هویتی، نامی و ماسکی ظاهر شده و هر طور که مایل است، خود را به دیگران معرفی کند؛ بی‌آنکه این مسئله هیچ گونه پیامد اخلاقی و یا اجتماعی به همراه داشته باشد. فقدان ارتباط فیزیکی و عدم رویارویی موجب می‌شود که گفت‌وگوهای بی‌شماری میان مصاحبان برقرار شده و به وابستگی‌های عاطفی بسیاری نیز بینجامد؛ احساسات و عواطفی که در ثبات، پایداری و حقیقت آنها هیچ تضمینی وجود ندارد؛ جهانی که فرد در آن، در به روی جهان واقعیت‌ها بسته و در مقابل یک صفحه کامپیوتر، انزوای محض را برگزیده و به خود اجازه می‌دهد تا هر آنچه را در سر و دل داشته به راحتی بازگو کرده و به نمایش گذارد و با هر صورتکی که می‌خواهد، در این صحنه به بازی پردازد.

یکی از پیامدهای ناشناس بودن و چند چهره داشتن، آفرینش یک «من ایده‌آل» است؛ «من ایده‌آلی» که نه می‌توان آن را دروغ نامید و نه خیالی؛ بلکه این تصویر کسی است که یا خود را آن چنان که می‌نمایاند انگاشته و یا فکر می‌کند همان تصویری است که دیگران از او دارند یا اینکه می‌خواهند داشته باشد و وقتی این «من ایده‌آل» با تایید و تعریف طرف مقابل رو به رو می‌شود، به یک نزدیکی عاطفی اجتناب‌ناپذیر می‌انجامد که می‌تواند آغاز عشقی خیالی باشد.

آری چنین است که گاه افراد، تمامی محاسن جهان را به یکدیگر نسبت داده و به سرعت به جهانی خیالی و توهم‌آمیز پای می‌گذارند که پیامدی جز افسردگی، اندوه، احساس حقارت و بدبینی مضاعف نخواهد داشت.

یکی دیگر از ویژگی‌های این جهان، گفت‌وگوی نوشتاری بین افراد و فقدان تجربه زبان بدن، اشارات، میمیک چهره، تون صدا و بسیاری از نشانه‌های فیزیکی دیگر است. در اینجا شادی و لبخند را با علاماتی چون «lol» و سایر احساسات را با صورتک‌هایی به نام «emotions» به یکدیگر نشان داده و هیچ پیوند و تمامیتی وجود ندارد. آنان نه صدای یکدیگر را می‌شنوند، نه لهجه و نه چهره فیزیکی یکدیگر را تجربه می‌کنند؛ به همین دلیل تصویری از یکدیگر می‌سازند که این تصویر ضرورتاً شخصیت واقعی آن فرد نبوده و اساس این تصویر و تصویرسازی فقط مشتی کلمه است که هر کس توانایی بیشتری در بیان خواهش‌های خود داشته باشد، طبیعی است که در این بازی موفق‌تر خواهد بود؛ زیرا در بازی الکترونیکی، بیشتر صحبت از مطرح کردن خود است و اینکه چگونه این فرستاده‌ها دریافت می‌شود؛ حال آنکه هیچ اهمیتی برای فرستنده ندارد.

شاید بتوان گفت این گونه استفاده اغراق آمیز و بی‌مسئولیت از تکنولوژی، مبارزه با جامعه‌ای است که رو به تجزیه و سقوط است. جهانی که می‌توان آن را به سالن پال ماسکه‌ای تشبیه کرد که پیوسته افرادی اتفاقی به آن وارد شده و یا از آن خارج می‌شوند؛ جهانی که پیامدهای ویران‌ساز اخلاقی بسیاری را در جهان واقعیت به دنبال خواهد داشت. از آنجا که وارد شدن به فضای پال ماسکه، مستلزم رعایت هیچ گونه نظم و قانونی نیست، پس هر کس می‌تواند با چندین هویت یا ID متفاوت به طور همزمان در آنجا به بازی بپردازد؛ زیرا همان طور که اشاره شد، یکی از قوانین این بازی، ناشناس بودن و بی‌اعتمادی به یکدیگر است؛ البته این امکان وجود دارد که بسیاری از این افراد در زندگی واقعی خود چهره‌های مختلفی برای خود برگزینند. ولی از آنجا که تمامی این جنبه‌های فردی و چهره‌های متعدد در یک غالب فیزیکی و حسی قرار می‌گیرند، می‌توان با همین نشانه‌های فیزیکی، فرد را شناخت. حال آنکه چنین امکانی در جهان پال ماسکه از بین می‌رود و از آنجا که همه در مکان‌های جغرافیایی گوناگونی به سر می‌برند، هیچ گونه احساس مسئولیتی هم در مقابل یکدیگر حس نمی‌کنند.

جهان دانش نشان می‌دهد که انسان در هر ثانیه با یازده میلیون دریافت حسی رو به رو می‌شود و کارکرد حواس آن، جمع‌آوری این دریافت‌های حسی است که از راه چشم، گوش، حس لامسه، چشایی و بویایی اتفاق می‌افتد و هجوم این دریافت‌های حسی چنان زیاد است که ثبت و ضبط آنها فقط در حد بسیار کمی برای انسان میسر است. حال چگونه می‌توان ندید، نشنید، نبویید، لمس نکرد و عشق ورزید!

عشق و عواطف انسانی غنیمی بوده است که انسان از آغازین روزهای حیات تا به حال آن را با خود داشته است و در صورتی که پایه‌های اولیه برای گسترش آن در فضای سایر که واقعیت زندگی ما است به صورت صحیح و محکم نهاده نشود، نسل انسان با خطرات جدید رو به رو می‌شود.

منابع

www.farhang goftego.com

www.itiran.com

www.Samarkand magazin.com

www.farhang iran.com

— ابراهیمی، نادر، یک عاشقانه آرام، انتشارات روزبهان، ۱۳۸۱.

- الحویک، یوسف، ذکریاتی مع جبران، موسسه نوفل، بیروت لبنان، پاریس ۱۹۰۹ - ۱۹۱۰.
- جبران خلیل جبران، المجموعه الكامله لمولفات جبران، قدم لها و اشرف علی تنسیقها میخائیل نعیمه، دار صادر للطباعه و النشر، بیروت لبنان، الطبعه الاولى ۱۹۴۹، الطبعه الثانيه ۱۹۹۶، جلد اول، دوم، سوم و چهارم.
- خالد، غسان، جبران الفیلسوف، موسسه نوفل، بیروت (لبنان).
- فروم، اریک، هنر عشق ورزیدن، انتشارات مروارید، تهران ۱۳۷۷.





پروہشگاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی
پرتال جامع علوم انسانی